# ERFOLGSJOURNAL

Dein persönlicher Begleiter für Erfolg und Wohlbefinden.

**Inhalt:**

1. Einführung
2. Monatsübersicht
3. Wöchentliche Planung
4. Tägliche Reflexion
5. Monatliche Reflexion
6. Jahresreflexion

## Einführung

Herzlich Willkommen zu deinem Erfolgsjournal! Dieses Journal wurde entwickelt, um dir dabei zu helfen, deine Ziele zu erreichen, deinen Fortschritt festzuhalten und positive Gewohnheiten zu entwickeln. Führe das Journal regelmäßig und gewissenhaft, um das Beste aus dieser Erfahrung herauszuholen.

## Monatsübersicht

Monat: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Monatsziele:

## Wöchentliche Planung

Woche (KW): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Wochenziel: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Aufgabenliste:

## Tägliche Reflexion

Datum: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Tagesziel: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Erledigte Aufgaben:

Dinge, für die ich heute dankbar bin:

Heutige Erfolge:

Was kann ich morgen besser machen?

## Monatliche Reflexion

Monat: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Erreichte Monatsziele:

Monatliche Erfolge:

Was kann ich im nächsten Monat verbessern?

## Jahresreflexion

Jahr: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Erreichtes Jahresziel: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Top 3 Erfolge des Jahres:

Was habe ich im Laufe des Jahres gelernt?

Wie kann ich im nächsten Jahr noch erfolgreicher sein?

[Erstelle für jeden Monat, jede Woche und jeden Tag entsprechende Kopien Einträge. Füge bei Bedarf weitere Seiten für zusätzliche tägliche, wöchentliche und monatliche Reflexionen hinzu.]